

Marie Beníčková

Muzikoterapie a specifické poruchy učení

- Zlepšení školní úspěšnosti a kvality života
- Metodické postupy
- Využití netradičních hudebních nástrojů
- Zásobník technik a relaxačních cvičení
- Zpěvník s instrumentálními doprovody



Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno**.

Používání elektronické verze knihy je umožněno jen osobě, která ji legálně nabyla a jen pro její osobní a vnitřní potřeby v rozsahu stanoveném autorským zákonem. Elektronická kniha je datový soubor, který lze užívat pouze v takové formě, v jaké jej lze stáhnout s portálu. Jakékoliv neoprávněné užití elektronické knihy nebo její části, spočívající např. v kopírování, úpravách, prodeji, pronajímání, půjčování, sdělování veřejnosti nebo jakémkoliv druhu obchodování nebo neobchodního šíření je zakázáno! Zejména je zakázána jakákoliv konverze datového souboru nebo extrakce části nebo celého textu, umístování textu na servery, ze kterých je možno tento soubor dále stahovat, přitom není rozhodující, kdo takovéto sdílení umožnil. Je zakázáno sdělování údajů o uživatelském účtu jiným osobám, zasahování do technických prostředků, které chrání elektronickou knihu, případně omezují rozsah jejího užití. Uživatel také není oprávněn jakkoliv testovat, zkoušet či obcházet technické zabezpečení elektronické knihy.





Copyright © Grada Publishing, a.s.

*Vydání odborné knihy schválila Vědecká redakce
nakladatelství Grada Publishing, a.s.*

Mgr. Marie Beníčková, Ph.D.

MUZIKOTERAPIE A SPECIFICKÉ PORUCHY UČENÍ

Vydala Grada Publishing, a.s.
U Průhonu 22, 170 00 Praha 7
tel.: +420 234 264 401, fax: +420 234 264 400
www.grada.cz
jako svou 4326. publikaci

Recenzovali:

PaedDr. Marie Grundová – muzikoterapie
doc. PaedDr. Olga Zelinková, CSc. – speciální pedagogika
prof. PaedDr. Luděk Zenkl, CSc. – muzikologie

Ilustrace Tomáš Beníček
Odpovědná redaktorka Mgr. Iva Krejčová, Ph.D.
Sazba a zlom Antonín Plicka
Zpracování obálky Antonín Plicka
Počet stran 160
Vydání 1., 2011

Vytiskly Tiskárny Havlíčkův Brod, a. s.
Husova ulice 1881, Havlíčkův Brod

© Grada Publishing, a.s., 2011
Cover Photo © fotobanka Allphoto

ISBN 978-80-247-3520-7 (tištěná verze)
ISBN 978-80-247-7381-0 (elektronická verze ve formátu PDF)
© Grada Publishing, a.s. 2012

OBSAH

VĚNOVÁNÍ	7
PODĚKOVÁNÍ	8
O AUTORCE	9
ÚVOD	11
PŘEDMLUVA	13
1. MUZIKOTERAPIE A SPECIFICKÉ PORUCHY UČENÍ	15
1.1 Muzikoterapie	15
1.1.1 Muzikoterapeutický proces	16
1.1.2 Netradiční muzikoterapeutické hudební nástroje	17
1.2 Specifické poruchy učení	20
1.2.1 Náprava a reedukace SPU	22
1.2.2 SPU a poruchy chování	23
2. METODIKA MUZIKOTERAPEUTICKÉ INTERVENCE U KLIENTŮ SE SPECIFICKÝMI PORUCHAMI UČENÍ	25
2.1 Terminologické vymezení metodiky	25
2.1.1 Muzikoterapeutický proces a jeho fáze	25
2.1.2 Muzikoterapeutická intervence – cíle a roviny	30
2.2 Model muzikoterapeutické intervence u klientů se specifickými poruchami učení	33
2.2.1 Muzikoterapeutický submodel 13P u klientů se specifickými poruchami učení	33
2.2.2 Muzikoterapeutický submodel 2U u klientů se specifickými poruchami učení	44
2.2.3 Muzikoterapeutický submodel 9I u klientů se specifickými poruchami učení	47
2.3 Inspirační zdroje metodiky a možnosti vzdělávání	51
2.3.1 Výzkum – problémy sluchové percepce z pohledu muzikoterapie	51
2.3.2 Hudba těla – česká muzikoterapeutická metodika	58
2.3.3 Možnosti vzdělávání – Akademie Alternativa	59
3. SLEDOVANÉ OBLASTI A MUZIKOTERAPEUTICKÁ CVIČENÍ	67
3.1 Motorika	67
3.1.1 Muzikoterapeutická cvičení podporující rozvoj motoriky	68
3.2 Vnímání tělového schématu	91
3.2.1 Muzikoterapeutická cvičení podporující rozvoj vnímání tělového schématu	92
3.3 Percepce	96
3.3.1 Muzikoterapeutická cvičení podporující rozvoj percepce	100

3.4	Komunikační schopnosti a dovednosti	115
3.4.1	<i>Muzikoterapeutická cvičení podporující rozvoj komunikačních schopností a dovedností</i>	121
3.5	Lateralita a spolupráce mozkových hemisfér	124
3.5.1	<i>Muzikoterapeutická cvičení podporující rozvoj lateralitu a spolupráce mozkových hemisfér</i>	125
3.6	Pravolevá, prostorová a časová orientace	127
3.6.1	<i>Muzikoterapeutická cvičení podporující rozvoj pravolevé, prostorové a časové orientace</i>	128
3.7	Tělesné a duševní vlastnosti a chování dítěte	132
3.7.1	<i>Muzikoterapeutická cvičení podporující rozvoj tělesných a duševních vlastností a chování dítěte</i>	135
 PŘÍLOHY – PÍSNĚ S INSTRUMENTÁLNÍMI DOPROVODY		137
Příloha 1: Brejlovec – píseň s instrumentálním doprovodem		138
Příloha 2: Motýlek – píseň s instrumentálním doprovodem		140
Příloha 3: Kohoutek – píseň s instrumentálním doprovodem		142
Příloha 4: Tygřík – píseň s instrumentálním doprovodem		146
Příloha 5: Velbloud – píseň s instrumentálním doprovodem		147
 ZÁVĚR		151
 LITERATURA		153

VĚNOVÁNÍ

Tuto knihu věnuji svému manželovi Tomášovi Beníčkoví, mým rodičům Marii a Jaroslavovi Černých.

PODĚKOVÁNÍ

Mé poděkování patří všem, kteří mně pomohli na cestě k hudbě, muzikoterapii i pedagogice. Zvláštní dík náleží doc. PhDr. Bedřichu Crhovi, CSc., který mě provázel doktorským studiem na Pedagogické fakultě Masarykovy Univerzity v Brně, PaedDr. Aleně Tiché, Ph.D. za předání cenných rad a zkušeností v oblasti didaktiky hudební výchovy, PhDr. Marii Farkové za obětavou pomoc a dodání sil při realizaci praktické části výzkumu sluchové percepce a muzikoterapeutovi Josefu Krčkovi za odhalení tajemství antropozofické muzikoterapie. Poděkování patří mému manželovi, mým rodičům, kolegům, studentům a v neposlední řadě dětem, které se staly mými žáky a klienty. Děkuji všem recenzentům za cenné rady, kterými přispěli k vydání této knihy. Vzpomínka a poděkování patří vám, kteří jste mě inspirovali, podporovali, přispěli radou i kritikou. Poděkování patří přátelům, kteří stojí při mně, ale i nepřátelům, kteří mě podněcují jít dál, učí mě být pevnou sama v sobě a „neusnout na vavřínech.“

O AUTORCE

Mgr. Marie Beníčková, Ph.D., vystudovala obor český jazyk a literatura – hudební výchova na Pedagogické fakultě UK v Praze. V roce 2006 získala doktorát na Pedagogické fakultě MU v Brně v oblasti zaměřené na muzikoterapii a specifické poruchy učení. V současné době pracuje jako odborná asistentka na Pedagogické fakultě UP v Olomouci, ředitelka Základní umělecké školy v Moravském Berouně, vede semináře pro odbornou i laickou veřejnost, je předsedkyní Moravské asociace uměleckých terapií MAUT, zakladatelkou a hlavní lektorkou školy Akademie Alternativa, která připravuje do praxe erudované odborníky v oblasti uměleckých terapií.



ÚVOD

Problematika muzikoterapie a stejně tak i specifických poruch učení je jedním z aktuálních témat současnosti a zejména speciální pedagogiky. Vyžaduje propojení poznatků teoretických i praktických z několika vědních oborů: speciální pedagogiky muzikologie, psychologie, psychoterapie, hudební psychologie, lingvistiky a dalších.

Cílem této knihy není podrobný popis problematiky muzikoterapie a specifických poruch učení a soupis nejnovějších poznatků dané oblasti, ale na podkladě teoretických znalostí a praktických zkušeností nabídnout terapeutům, pedagogům, lékařům, psychologům, pracovníkům pedagogicko-psychologických poraden a dalším odborníkům a zájemcům z řad studentů inspiraci v podobě Metodiky muzikoterapeutické intervence u klientů se specifickými poruchami učení, která je v knize propojena s teoretickými poznatky dané oblasti, ukázkami z praxe i souborem muzikoterapeutických cvičení. Práce se neopírá pouze o teorii naší i zahraniční literatury, ale o dlouhodobou terapeutickou, pedagogickou, výzkumnou a metodologickou činnost.

První část knihy Muzikoterapie a specifické poruchy učení vás seznámí se základním terminologickým vymezením obou oborů. Kapitola se věnuje muzikoterapeutickému procesu, netradičním hudebním nástrojům užívaným v muzikoterapii, terminologickým otázkám specifických poruch učení.

Druhá kapitola s názvem Metodika muzikoterapeutické intervence u klientů se specifickými poruchami učení popisuje metodiku jako teoreticko-praktické schéma vymezující strukturu a vztahy muzikoterapeutického procesu u cílové skupiny klientů, u nichž byly diagnostikovány specifické poruchy učení. Metodika terminologicky vychází z pojmů *muzikoterapeutický proces a jeho fáze, muzikoterapeutický plán, muzikoterapeutická strategie, interakční vztah, sledované oblasti a suboblasti u klientů se specifickými poruchami učení, terapeutický vztah, cíle a roviny muzikoterapeutické intervence* atd. Seznámíte se s Muzikoterapeutickým modelem u klientů se specifickými poruchami učení a možnostmi jeho praktické aplikace. Kapitola je obohacena o přehledná metodická grafická znázornění, která vám efektivně pomohou v pochopení komplexně pojaté metodiky. Inspiračními zdroji Metodiky muzikoterapeutické intervence u klientů se specifickými poruchami učení se stal výzkum sluchové percepce z pohledu muzikoterapie a Hudba těla – česká muzikoterapeutická metodika. Kapitola vám přiblíží školu Akademie Alternativa, která připravuje erudované therapeuty a kde se v současné době, jako v jediné škole v České republice, Metodika muzikoterapeutické intervence u klientů se specifickými poruchami učení vyučuje v rámci vzdělávacích programů akreditovaných Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy České republiky. S metodikou jsou studenti seznamováni v rámci vzdělávacích oborů muzikoterapie, arteterapie, dramaterapie a umělecké terapie.

Třetí kapitola s názvem Sledované oblasti – praktická cvičení se podrobně zaměřuje na sedm základních oblastí, ve kterých u klientů se specifickými poruchami učení v praxi zaznamenáváme největší potíže. Praktická cvičení, která jsou strukturována do určité

schematické podoby, doplněna notovým zápisem, vymezena cíli, prostředky, postupem, variacemi, kontraindikacemi i dalšími doporučeními, jsou doplněna teoretickým vstupem vymezujícím charakteristiku sledovaných oblastí, příklady z muzikoterapeutické praxe, kazuistikami klientů a konkrétními ukázkami výsledků terapeutické intervence. Součástí cvičení je i diferenciální diagnostika, která přiblíží problematické oblasti při muzikoterapeutické práci a nabízí řešení a postupy pro lepší a snazší dosažení cílů muzikoterapie. V přílohách jsou uvedeny jednoduché instrumentální doprovody písní, které je možné použít v muzikoterapii a mohou být inspiračním zdrojem např. i pro hodiny hudební výchovy na základních školách.

Věřím, že kniha může být inspirací pro práci s dalšími cílovými skupinami, než jsou klienti se specifickými poruchami učení, protože některé části metodiky se dají variovat a zobecnit. Z praxe znám skutečnost, že některé souvislosti jsou pochopitelné až při kontaktu s praxí. Nejinak tomu bude zřejmě i v některých částech této metodiky. Ale pokud se vám povede do tajů metodiky proniknout, jsem přesvědčena, že vám ulehčí muzikoterapeutickou práci stejně jako mně a mnoha terapeutům, kteří dnes již v praxi dle této metodiky pracují. Přeji vám mnoho příjemných chvil při studiu tajemných zákoutí muzikoterapeutického poslání, mnoho krásných chvil při muzikoterapeutické práci a radosti z malých i větších úspěchů! Snad nebude troufalé mít přání, aby se tato kniha stala vaším pomocníkem při náročné, avšak smysluplné a obětavé práci.

Autorka

PŘEDMLUVA

Když jsem poprvé stála před katedrou a prolamovala začátky svého pedagogického působení, netušila jsem, jaké otázky mi samotná praxe přinese. Teoreticky jsem byla z pedagogické fakulty připravena, ale praxe samotná předsunula situace, o kterých nám nikdo nevyprávěl, nikdo nás na ně jako studenty oboru český jazyk, literatura, hudební výchova a budoucí pedagogy nepřipravil. Když jsem se poprvé setkala s dětmi, které hůře četly, v sešitech se po nich nedalo číst, skoro celou hodinu vyrušovaly, začala jsem se ptát, co s tím. Z fakulty jsem věděla, že specifické poruchy učení a chování existují, několik odstavců o symptomatologii, ale to bylo v té době vše. Stála jsem před úkolem, který někteří kolegové řešili spontánně – dá se říci – dle svého dlouholetého pedagogického umu, někteří – a to bylo horší – neřešili vůbec. Když jsem se ptala, jak s těmito dětmi pracovat, dostávala jsem velmi vyhyřavé odpovědi. Základní umělecká škola, kde jsem začínala učit, tyto problémy vůbec neřešila. Posléze jsem přišla na školu základní, coby učitelka českého jazyka a literatury a hudební výchovy. Zde jsem se potkala s různými přístupy k těmto dětem, ale sama jsem nevěděla, za který konec to mám vlastně vzít. Šla jsem do literatury, ale v té době jí ještě mnoho nebylo. Účastnila jsem se seminářů pro pedagogy, ale to bylo jen mávnutí proutkem a já potřebovala pořádnou smršť informací a hlavně – praktických cvičení. Spojila jsem se s pracovníky pedagogicko-psychologické poradny, kteří byli užaslí nad tím, že mě tato problematika opravdu zajímá. Dostala jsem do ruky ukázkou testových baterií, mohla se zúčastnit vyšetření dětí. Ale tím to znovu končilo. Ale co s těmi dětmi mám dělat? Jak to všechno napravit, abych neudělala chybu? Byla jsem bezradná. Stále více jsem si uvědomovala, že hudba a sluchová percepce jsou nepopíratelně spojeny. V té době jsem se začala intenzivně zajímat o muzikoterapii. Navštěvovala jsem každý muzikoterapeutický kurz u nás (ono jich moc v té době nebylo), vyjížděla se vzdělávat do zahraničí na semináře a stáže. Postupem času jsem zjistila, že zrakové percepce je věnováno mnohem více poznatků než sluchové percepce. Tato problematika mi stále ležela v hlavě. Ze základní školy jsem odešla přednášet na pedagogickou fakultu. Vysoká škola mi dala opět nové možnosti, zároveň jsem dojížděla pracovat jako muzikoterapeutka k dětem s kombinovaným postižením a práce ve facilitačním týmu mi poskytovala řadu nových podnětů a zároveň jsem se od svých kolegů mnohému naučila. Kontakt s praxí byl cenný. Postupně jsem zjistila, že sluchová percepce je důležitá jak u problematiky specifických poruch učení, tak u osob s jakýmkoli postižením. Sluchová percepce je jednoduše jedním z odrazových můstků muzikoterapie. Další otázky i odpovědi mi dalo doktorské studium na pedagogické fakultě v Brně. Výzkum, který jsem v rámci studia zpracovala, mi poskytl mnoho zajímavých zjištění a podnětů, setkání se zajímavými lidmi a také s dětmi, které pomoc potřebovaly. Při studiu jsem se částečně

vrátila do základního školství k dětem, abych měla přímý kontakt s praxí. Výsledky výzkumu mi daly další naději a touhu po hledání. Dnešní doba je na poznatky úplně jiná než mé tehdejší pátrání takřka ve tmě. Problematika specifických poruch učení je velmi diskutovaným tématem a i ve školách je této problematice věnována patřičná pozornost. Doba se změnila a mě to moc těší. Když přijíždím jako lektorka na semináře určené pro pedagogy, jsem potěšena jejich opravdovým zájmem o vše nové. Takřka hltají každé nové a hlavně praktické poznatky. Jsou to lidé, kteří chtějí učit nově a vnímat komplexně žáka, který stojí před nimi. Právě učitelé, se kterými se setkávám, a také moji studenti na fakultě i v Akademii Alternativa, mě dovedli k tomu, že jsem tuto knihu napsala. Problematika muzikoterapie a specifických poruch učení je u nás i v zahraničí komplexně tématem neprozkoumaným a nabízí široké pole pro výzkumnou i publikační činnost. Díky svým studentům a posluchačům jsem tedy zasedla k počítači a začala psát publikaci, která neaspíruje na suchou vědeckou učebnici, ale pokouší se zaujmout praktiky, kteří dnes stojí ve stejné roli jako já kdysi. Jak dál, co s tím, jak konkrétně, co dělat, abych pomohla a neublížila, kde jsou mé limity a možnosti, co vše musím o dané problematice vědět atd. Na tyto a mnoho dalších otázek se snaží tato kniha odpovědět. Nechybí zde ani onen obávaný vědecký a suchý jazyk, ale i ten k ucelenému přístupu patří. Pevně věřím, že se mnoha termínů a schémat neleknete a za nimi v povzdálí uvidíte příběhy dětí, kterým metodika dnes pomáhá. Konkrétní cvičení snad usnadní teoretický základ aplikovat do praxe. K tomu vám přeji mnoho sil a odvahy. Máme výhodu, že žijeme v době, která již mnoho poznatků o daném tématu má a zároveň má tato problematika zelenou. Jsem moc ráda, že za těch „pár“ let se situace změnila. Mé začátky byly těžké, ale možná nebýt jich, kdoví, jestli by mě to nutilo se samostatně nad otázkami zamýšlet a hledat nová řešení. V životě i v terapii platí, že vše špatné je pro něco dobré, vše těžké nás má něčemu naučit, jen je problém, že v danou chvíli nevíme co a proč. Proto nám i některé životní situace připadají těžké, náročné a možná i nespravedlivé – ale věřte mi, jen do chvíle, kdy problém zvládneme, posuneme se v čase a při pohledu zpět teprve dekodujeme, proč tomu tak bylo. Posílení pak kráčíme životem dál k dalším radostem i starostem. Přeji vám, milí čtenáři, aby kniha odpověděla na vaše otázky, nebo vás inspirovala k tomu, abyste začali hledat – jako já kdysi.

Marie Beníčková – léto 2010

1. MUZIKOTERAPIE A SPECIFICKÉ PORUCHY UČENÍ

„Bez hudby je člověk ve svém bytí nedokonalý,
ať už ji prožívá v umění nebo v přírodě.
Beethovenova symfonie,
osamělý večerní zpěv ptáků,
tentýž proud opojení z neznámého,
tentýž bezděčný cíl ve vesmíru,
pouze ten, kdo je prožívá,
bude účasten zjevení hudby.“

WALTER DAHMS

1.1 MUZIKOTERAPIE

Muzikoterapie je léčebná metoda, která používá hudbu jako terapeutický prostředek. „**Muzikoterapie, arteterapie, dramaterapie, taneční terapie a další umělecko-terapeutické přístupy** v současné době nabízí rozdílné metody, techniky a prostředky, které však mohou naplňovat podobné nebo také společné cíle **ve vzájemné spolupráci s lékařskými, psychologickými a speciálními výchovně-vzdělávacími prostředky a cíli.**“ (Břicháčková, Vilímeček, 2008, s. 9)¹

Dělení muzikoterapie podle počtu klientů:

☐ muzikoterapie individuální:

- Muzikoterapeut pracuje pouze s jedním klientem.
- Určena pro klienty, kteří vyžadují individuální přístup.
- V praxi je možné propojovat muzikoterapii individuální s muzikoterapií párovou i kolektivní.

☐ muzikoterapie párová:

- Muzikoterapeut pracuje se dvěma klienty současně.
- Indikace vyžaduje více klientů než jednoho, přesto je nutné zachovat individuální přístup.
- Indikována zejména při řešení vztahových problémů (rodinná terapie, vztahy dětí v kolektivu atd.).

☐ muzikoterapie skupinová:

- Muzikoterapeut pracuje se skupinou klientů.
- Velikost skupiny je závislá na konkrétní charakteristice řešené problematiky.

¹ Marie Břicháčková, nyní Beníčková.

1.1.1 MUZIKOTERAPEUTICKÝ PROCES

Muzikoterapeutický proces je systematická, metodická, cílená, časově a příčinně vymezená řada akcí, která je vymezena aktéry muzikoterapeutického procesu, muzikoterapeutickým plánem, muzikoterapeutickou strategií, oblastmi interakčního vztahu, muzikoterapeutickým vztahem, vztahy klientů ve skupině, sledovanými oblastmi a suboblastmi u klientů se specifickými poruchami učení, cíli a prostředky intervence a rovinami muzikoterapeutické intervence. Muzikoterapeutický proces je rozdělen do tří základní fází – preterapie (příprava), terapie (terapeutické setkání), postterapie (hodnocení).²

Muzikoterapeutický proces klade na terapeuta vysoké nároky, které vyžadují flexibilní, kreativní i zodpovědný přístup. Podmínkou je vysoká vědomostní úroveň, empatie, akceptace, autenticita (srov. Vymětal, J. a kol., 2007, s. 123–126). „*Muzikoterapeutické působení by mělo být obohaceno o lidský rozměr, schopnost empatie, toleranci a porozumění. Terapeut by měl projevovat stejnou míru náklonnosti ke všem klientům skupiny. Zachovávat nadhled v situacích, které vyžadují citovou stálost, sebeovládání a profesionalitu. Příjemné vztahy mezi klienty a terapeutem by neměly přejít v závislost na osobě terapeuta. Ale i naopak – chladný, autoritativní a nadřazený postoj muzikoterapeuta vůči klientům může mít negativní následky na průběh muzikoterapeutického procesu. Terapeut nesmí připustit ponížování klienta, omezení jeho práv a lidské důstojnosti, popř. aktivity ohrožující zdraví klientů. Důležitý je pozitivní přístup ke klientovi zachovávající respekt vůči cílům muzikoterapie.*“ (Břicháčková, 2005, s. 75)

Důležitou součástí úspěšné muzikoterapie je navázání terapeutického vztahu. Průběh terapeutického vztahu závisí také na formě terapie (individuální, párová, skupinová...). Individuální terapie dává prostor k možnosti soustředění pozornosti terapeuta k jednomu klientovi. V párové terapii je žádoucí věnovat pozornost oběma klientům samostatně, ale zároveň sledovat, mapovat a vyhodnocovat průběh terapie vzhledem k stanovenému terapeutickému cíli v rámci páru. Samozřejmě i zde je předpoklad, že terapeut mapuje a reflektuje i svou roli terapeuta. Skupinová terapie již zahrnuje nejkomplikovanější pohled na průběh terapie z hlediska vnímání situace terapeutem. Terapeut by měl mapovat a vyhodnocovat průběh terapie vzhledem ke každému jednotlivci, vnímat a respektovat vývoj a dynamiku skupiny a samozřejmě opět reflektovat vlastní roli terapeuta. U všech daných forem terapie terapeut reflektuje vlastní postavení ve skupině, asymetrické postavení vůči klientům, respektuje možnost vzájemného učení a zachovává diskrétnost a bezpečné prostředí pro terapeutickou práci. Sebereflexe vlastních pocitů, postojů a hodnot terapeuta vzhledem k osobnímu životu a životní zkušenosti je velmi důležitou součástí dobře metodicky vedené terapeutovy práce. Při terapii vychází muzikoterapeut z vlastních osobních zkušeností, znalostí, dovedností, dosavadní praxe. Všechny tyto faktory působí nejen na práci terapeuta, ale ovlivňují i terapeutický vztah a následně terapeutický proces. Tento princip vede k nutnosti vlastního sebepoznání, schopnosti sebereflexe postojů, motivů, pocitů muzikoterapeuta. V terapii je důležité empaticky vnímat situaci a problém klienta, stanovit terapeutický cíl a prostředky k jeho dosažení. Zároveň je nezbytné objektivní vnímání skutečnosti a terapeutického problému klienta terapeutem. V případě, že klient řeší obdobný problém, který byl řešen terapeutem v osobním životě, tedy klient se dotkne terapeutova osobního prožívání

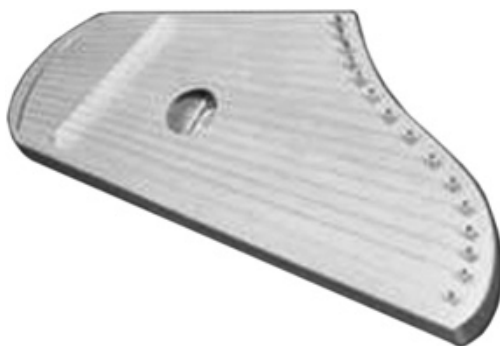
² Podrobně viz podkapitola Muzikoterapeutický proces a jeho fáze.

a vzpomínek, je nutné, aby byl terapeut schopný okamžité sebereflexe a „odosobnění“ dané situace. Pořekadlo „Podle sebe soudím Tebe!“ v terapii neplatí a je možné říci, že může být v terapeutickém procesu nebezpečné. **Každý člověk je osobnost, která má vlastní prožívání, hodnoty, postoje a schopnost reakce na změnu (proměnu), která může být vyvolána díky terapeutickému působení.** Pokud klientovi terapeut „vnutí“ vlastní cestu – vlastní systém v rozhodování, dochází k určité, často negativní manipulaci ze strany terapeuta za účelem dosažení „správného“ vyřešení problému – dosažení terapeutického cíle. Pokud není terapeut schopen danou situaci řešit s osobním nadhledem, odosobněním, bez prioritně subjektivních pocitů, postojů a motivů, je důležité si tuto skutečnost přiznat a objektivně zhodnotit. V některých případech je nutné, aby muzikoterapeut ukončil terapii, popř. s klientem nezačal pracovat a doporučil jej k jinému odborníkovi. Právě tento postoj zvědomění vlastní cesty, vlastního prožívání a řešení osobních problémů terapeuta, přiznání si, že i terapeut je jen člověk se svými problémy a aktuálními životními situacemi, není projevem slabosti a neschopnosti terapeuta, ale projevem profesionality, zodpovědného, citlivého, empatického i etického přístupu ke klientovi.

1.1.2 NETRADIČNÍ MUZIKOTERAPEUTICKÉ HUDEBNÍ NÁSTROJE

Instrumentální projev má nezastupitelnou funkci v celém spektru hudebních činností. V muzikoterapii se hojně využívá pestrá paleta hudebních nástrojů. Některé je nutné, aby vyrobil nástrojař, stále častěji se ale objevují i nástroje – chřestidla nebo bubínky, které si můžeme vyrobit sami. Mezi muzikoterapeutické hudební nástroje strunné, které jsou v muzikoterapii s oblibou využívány, avšak povědomí o jejich existenci a možnostech využití je stále malé, patří kantela, citera, žaltář, duochord, chrotta a lyra.³ Podrobněji se budeme věnovat dvěma z nich – kantele a lyře – které jsou používány v Metodice muzikoterapeutické intervence u klientů se specifickými poruchami učení.

Kantela (kantele) je strunný drnkací nástroj původem z Finska a první písemnou zmínku nalezneme ve finské básni. Báseň popisuje hudební nástroj, který je vyrobený z rybí kosti a struny z vlasů dívky.



Obr. 1 Kantela

³ Výrobce hudebních nástrojů v ČR: Rostislav Anton, www.anton-instruments.com, Karel Hanzík, www.kar-han.cz.

□ **Ladění kantely:**

– **Ladění diatonické**

Pro výuku intonace a podporu melodické linky lze využít kantely laděné diatonicky – např. struny jsou laděny do stupnice C dur. Kantela se většinou neladí chromaticky (po půltónech – systém bílých a černých kláves na klavíru). Chromatické ladění by bylo složité z hlediska vizuálního rozlišení strun. Struny jsou natažené v jedné rovině.

– **Ladění pentatonické**

K volné improvizaci se využívají kantely pentatonické. Pentatonické ladění je výhodné zejména pro volnou improvizaci a rozvoj kreativity bez znalosti hudebních souvislostí a zákonitostí. Nejčastěji jsou používány u pentatonických kanel tóny G, A, H, D, E.⁴ Výběr tónů této konkrétní stupnice a jejich uspořádání má své kořeny v principech antropozofické muzikoterapie.⁵ Mají-li dva klienti pro svou hru k dispozici kantely, které jsou laděny ve shodné pentatonické stupnici, mohou velmi jednoduše improvizovat, aniž by znali jakékoli hudební zákonitosti a pravidla. Ať klienti zahrají na takto laděné kantely kterékoli tóny, pokaždé bude „skladba“ ladit. Tímto způsobem může při muzikoterapii improvizovat libovolné množství hráčů na jakékoli hudební nástroje. Podmínka je jediná, využívat při hře pouze tóny stejné pentatonické stupnice. Vhodné je použít hudební nástroje, na kterých lze ponechat požadované struny (kantela) nebo kameny (zvonkohra, xylofon, metalofon), které obsahují jen tóny zvolené pentatoniky. Mezi další vhodné nástroje patří pentatonická flétna nebo nástroje laděné pouze do jednoho tónu – např. měděné zvony.

– **Ladění do akordu**

Kantely laděné do akordů se používají nejčastěji k harmonickému doprovodu jednoduchých písní. Každou kantelu lze naladit do jednoho akordu. Pokud máme jednoduchou písničku, kterou chceme harmonicky doprovodit, většinou se neobejdeme bez základních harmonických funkcí – tóniky (1. stupeň), subdominanty (4. stupeň) a dominanty (5. stupeň). Pomocí tří kanel naladěných do akordu je možné doprovodit mnoho jednoduchých písní lidových i umělých.

□ **Držení nástroje:**

– **Hra vestoje**

Na kantelu se hraje vestoje – hráč drží nástroj v náruči jednou rukou opřenou o své tělo a druhou ruku používá k hraní. Držení nástroje evokuje chování miminka v náruči matky. Výhoda tohoto držení je možnost volného pohybu klienta i muzikoterapeuta. Hráč může lépe vnímat držící rukou nebo tělem (když je kantela opřená o tělo) rezonanci hudebního nástroje, je s kanelou více v kontaktu než v případě, že hraje na kantelu ležící na stole nebo na podložce.

– **Hra vsedě**

Na kantelu lze hrát i vsedě a kantelu držet v náruči, stejně jako v případě hry vestoje. Druhým možným způsobem je položení nástroje na kolena, na stůl nebo

⁴ Vynecháním 4. a 7. stupně jakékoli durové stupnice získáme tóny používané v pentatonice.

⁵ Kantelu lze naladit do kterékoli jiné pentatonické stupnice, záleží na uvážení muzikoterapeuta.

na zem. Při tomto způsobu je vhodné kantelu podložit např. dřevěným kufrem od lyry nebo jiného hudebního nástroje. Zvuk nástroje je pak znělejší, tóny nejsou „lapy“ do koberce, který zvuk tlumí.

❑ **Technika hry:**

– **Vybrnkávání**

Na kantelu můžeme tóny vybrnkávat. Hrajeme jedním prstem. Přiložíme prst na strunu a jemně ji pozvedneme. Tím se struna rozezní. Tento způsob hry je podobný „vybrnkávání“ na kytarě a je vhodný, pokud chceme hrát na kantelu melodii.

– **Hra více prsty**

Pokud se snažíme rozeznít postupně všechny struny na kantele, přiložíme prsty ruky volně na struny a jemným přítlakem struny postupně rozezníme. K dosažení plynulého a kvalitního zvuku používáme ke hře větší počet prstů. Prsty evokují dojem, že kantela je hlazena. Pokud hrajeme pouze jedním prstem, výsledný zvuk je většinou tvrdý a trhaný. Směr hry k tělu hráči většinou nečiní problémy, konečky prstů směřují od těla a ruka se pohybuje směrem k tělu. Pokud hrajeme směrem od těla, je pro dosažení kvalitního zvuku nutné, aby konečky prstů při hře směřovaly k tělu hrajícího, zatímco ruka se pohybuje směrem od těla.

Možnosti využití kantely v muzikoterapii – pro svou jednoduchou ovladatelnost, specifickou barvu tónů, příjemný zvuk, lehkou manipulaci a mnohostranné terapeutické využití získává kantela stále více příznivců. Nástroje se objevují v mateřských, základních i speciálních školách, v hodinách hudební výchovy i při muzikoterapeutických setkáních. Kantela je také nástrojem cenově dostupným. Pokud si budete chtít vyzkoušet svou zručnost, je možné si kantelu vydlabat. Pod vedením zkušených odborníků je možné vlastnoručně opracovat dřevěný korpus nástroje a po několikahodinové práci se dřevem vlastnit hudební nástroj, ve kterém se odráží vlastní fantazie. Každý vydlabaný kus je originál a i zvuk a barva tónu jsou u každé vydlabané kantely jiné. Vyrobit si svůj vlastní nástroj je dobrodružství, člověk jakoby obtiskne sám sebe do hudebního nástroje, který se podle tohoto obtisku rozezní.⁶

Lyra – strunný drnkací hudební nástroj. Za vynálezce lyry byl považován ve starověkém Řecku Hermes, který jej směnčil za stádo krav s Apollonem. Lyra je laděna chromaticky a lze na ni zahrát vše – od nejjednodušších písní až po koncertní skladby. U nás i v zahraničí se tento specificky znějící hudební nástroj těší stále větší oblibě. Koncertní činností, muzikoterapeutickým uplatněním i metodikou výuky se v České republice zabývá muzikoterapeut Jan Braunstein, který posunul paradigma hry na lyru o rozměr nového ladění. Klasické ladění lyry je chromatické a postavení strun je analogické s klaviaturou klavíru. Braunsteinův systém ladění tento model nevyužívá a nahrazuje jej zcela novým a originálním pojetím.⁷

⁶ V případě zájmu pořádá semináře dlabání kanel Akademie Alternativa, www.akademiealternativa.cz

⁷ Jan Braunstein vyučuje hru na lyru v Akademii Alternativa, www.akademiealternativa.cz.